

**LesMILLS**

# Lanseeraukset

**1.-7.10.2018**

## Naisten Kuntomaailma, Torikeskus

**Ma 1.10.**

Klo 16.30 BARRE™ 30' / Anne-Marika  
Klo 17.40 BODYPUMP® 55' / Anna

**Ti 2.10.**

Klo 11.15 BODYPUMP® 55' / Karo  
Klo 16.30 SH'BAM® 45' / Paula  
Klo 18.15 BODYATTACK® 55' / Anna  
Klo 19.20 BODYBALANCE® 55' / Anna

**Ke 3.10.**

Klo 12.00 BODYCOMBAT® 30' / Mari T.  
**(Bodyattackin tilalla)**  
Klo 12.35 BODYBALANCE® 30' / Mari T.  
**(Cxbwrxin tilalla)**  
Klo 19.00 BODYPUMP® 55' / Julia

**To 4.10.**

Klo 10.40 BARRE™ 30' / Anne-Marika  
Klo 17.20 BODYCOMBAT® 55' / Sirpa

**Pe 5.10.**

Klo 16.00 BODYATTACK® 30' / Anna  
Klo 16.35 CXWORX® 30' / Iida  
Klo 17.15 BODYPUMP® 55' / Anna

**La 6.10.**

Klo 10.30 BODYCOMBAT® 55' / Mari T.  
Klo 11.45 BODYBALANCE® 55' / Mari T.

## Kuntomaailma, Ahjokeskus

**Ma 1.10.**

Klo 16.30 BODYPUMP® 55' / Muru

**Ti 2.10.**

Klo 19.40 BODYBALANCE® 55' / Riikka K.

**Ke 3.10.**

Klo 17.35 BODYPUMP® 55' / Sirpa

**To 4.10.**

Klo 19.00 BODYPUMP® 45' / Mette

**Su 7.10.**

Klo 11.30 BODYPUMP® 55' / Elina  
Klo 19.10 BODYBALANCE® 55' / Mari T.

***Les Mills lanseeraustunneille on vapaa pääsy,  
joten tervetuloa tutustumaan!***

**Huom! Viikolla 41 on kaikilla Les Mills -tunneillamme uudet ohjelmat!**